

剣道の所作の一考察

小森富士登

Consideration of conduct in kendo

Fujito Komori

I. はじめに

日本の伝統文化の1つである剣道は昭和20年（1945）第二次世界大戦後、連合国総司令部（GHQ）により学校武道は全面禁止され、さらに昭和24年（1949）黙認されていた警察剣道も禁止され、占領下におかれた日本では剣道は抑圧されていた。しかし、昭和25年（1950）に全日本撓協議連盟が結成され、新しいスポーツとして撓競技が行われるようになり、学校体育教育の教材として採用された。その後、昭和27年（1952）に全日本剣道連盟が結成され、昭和29年（1954）に両連盟は全日本剣道連盟に一本化された。翌年の昭和30年（1955）には、日本体育協会への加盟を認められ、第10回国民体育大会に剣道が正式種目として組み込まれた。

日本では武道（剣道）は「礼に始まり礼に終わる」と強調してきたように、近代以降の剣道においても礼儀作法は非常に重要視されてきた。

全日本剣道連盟は、剣道の理念として「剣の理法の修練による、人間形成の道である」としており、剣道は人間形成の有効な手段として教育界にその根をおろし知育・体育さらに道徳教育の一環として考えられ、昭和33年（1958）に中学校学習指導要領中の「格技」として位置づけられ、平成元年（1989）には「武道」と名称が変更され、2012年（平成24年）には全国中学校での正課授業として必修化される。

新教育基本法2条の教育目標に基づき、総則に新しく「伝統と文化の尊重」「我が国と郷土を愛する態度の育成」「公共の精神の尊重」等が明記された。保健体育では、武道が必修となり、「武道の指導を充実し、武道に見られる我が国固有の考え方や伝統に気付かせる」である。剣道授業でいうならば、「剣道の学習を通じて我が国固有の伝統と文化に、より一層触れることができる教育」である。

本研究の目的として、剣道（武道）の色々な所作事が我が国固有の伝統文化であるかを考察・検討し、剣道指導の再考の契機とすることを目的とする。

Ⅱ. 剣道の所作の考察

① 座り方・立ち方

全日本剣道連盟の「剣道指導要領」改訂版³⁾（平成20年7月1日）の正座の方法について、「姿勢を正して、視線を落とさず左足を半歩引き、つま先を立てながら左膝を床につき、続いて右足も半歩引き、左右の膝頭をそろえつま先を立て、両足をそろえるか、または右足の親指を上にして重ね、両足の甲を床につけながら両膝を深く曲げ、そろえた踵の上に臀部（お尻）を下ろす。正座の状態から立つ時には両膝を床につけたままつま先をそろえて立て、つま先を立てたまま腰を上げ、右足を半歩踏み出し、続いて左足を半歩踏み出して立ち上がる。正坐の指導上の留意点として、床に手をつけないように、一連の動作で行うように指導するとして、「左座右起」の方式を指導している。

また、正座は剣道における所作の基本ともいえるので、足の順序をまちがえないように気をつける事を注意している。

一方、弓道では坐るときは、「上座の足を一步引き（女子は下座の足を一步出し）、上体を前後にまげることなく静かに片膝をつき膝ををそろえて坐り」、立ち上がるときは、「下座の足を膝頭の辺まで進め、その爪先に力を入れ、息を吸いながら静かに立ち、同時に上座の足を下座の足に揃えて立つ」方式を指導している。上座（神棚）が右側にあれば、右側の足から坐り、立つ時は左足から立ち上がる。すなわち、「右座左起」である。

また、全日本剣道連盟居合の形三本目「受け流し」や夢想神伝流初伝六本目「流刀」は左足から立ち上がる。

このように、同じ武道ではあるが坐り方や立ち方は「左座右起」と「右座左起」の両方が行われている。

現在の学校での武道授業（主に剣道と柔道）では、左座右起の方式を教えているが、第二次世界戦争前までは弓道と同じように「右座左起」の方式で行われていた。

このことについて、日本武道館発行の「今、なぜ武道か」の著者中村民雄¹⁾は、昭和十六年（1941）に国民共通の礼法として編纂された『礼法要領』によってである。この『礼法要領』は、戦時下という特殊な状況のなかで編纂されたものではあるが、その後の日本人の礼法を形づくる基礎となった。その後、昭和十八年（1943）十月に、講道館と対立していた大日本武徳会との間で礼法の統一がなされ、ともに「大日本武徳会柔道修練者礼法」になることが決まり、「左座右起」の方式に固まった。また、正座は、それまでのような爪先立ちの姿勢ではなく、足の甲を畳につける姿勢にかわり、「左坐－正坐－坐礼－右起」という一連の作法が整えられた。同時に剣道の坐礼も、この頃から「左座右起」に統一された。と述べている。

「左座右起」は戦時下に統一されたが、現在では剣道・柔道をはじめ一般化されている作法である。

② 正座のしかた

田部²⁾は、「正座という座り方の言葉が礼法教科書に定着したのは、大正期になってからである」と述べている。同書によると明治13年に、小笠原流弓馬術礼法の当主である小笠原清務が礼法教育の必要性を東京府に申請し、これが認められて府内で礼法教育が始まり、その中で正座が指導されたが、用語としては「端座」などと呼ばれる時代がしばらく続いたと説明されている。

では、府内で礼法教育が始まる以前はどのような座り方が一般的であったかという点、同書では「立て膝」「胡座」をはじめとする多種多様な坐り方があったと説明している。

剣道の稽古のはじめと終わりに行われる正座の時に、「黙想」「瞑想」「静座」の号令がかかり目を閉じる。

「黙想」とは、黙って思いにふけること。

「瞑想」とは、目を閉じて静かに考えること。

「静座」とは、心を落ち着けて静かにすわること。

以前は、「黙想」の号令が多く使用され一般的とおもわれたが、最近は「静座」の号令も多くなりこちらが一般的になってきている。国士舘大学剣道部では、「瞑想」という号令をかけているが他の道場や稽古の場ではあまり聞かない。

黙想が静座と変化してきたのは、黙想は仏教やキリスト教の概念があり、儒教の概念である静座が好ましいという考え方が採用されているようだ。

しかし、静座という考え方は仏教にも存在している。静座・黙想・瞑想時の手は、多くの人が利き手を下にして蓮の花を形どり組んでいるのは、明らかに仏教の作法と考えられる。

また、日本の多くの道場には、武道の神様、氏神様、八幡様などのを祀ってある神棚があるが、海外などの多くの道場には神棚はなく、上席に礼を行っている場合が一般的である。日本では、稽古のはじめと終わりには神前への礼「立礼、座礼、神道式(二礼二拍手一拝一礼)」を行っている。神前への礼は、剣道を行っている人に神道宗教を信仰することを強要されてではなく、神前に礼を行っている剣道人の多くは神道宗教の信仰の意識はないと思われる。「正々堂々と修業をやる」という誓いや武道の神様に一歩でも近づきたいという願いで行っていると思われるが、神道式の作法を用いてる道場が多い。

これらのことについて、全日本剣道連盟「剣道指導要領」では、正座時の両手は自然

にももの上に置く。そして、神前の礼については上体を約30度前傾させるとしている。

しかし、日本の多くの剣道人はこれらの作法を行っているのである。これらのことは、古来より日本人は冠婚葬祭や大漁・豊作祈願など時に神社仏閣に参拝し、それぞれの作法に基づき行ってきたこと日本人の習慣によるものと思われる。

③ 竹刀の持ち方・置く位置

日本剣道形及び木刀による剣道基本技稽古法では、立礼の時に右手に提げて礼を行っている。日本剣道形作成の大綱⁴⁾は、「日本剣道形の修練を通じて、剣道の原点である剣の理法を学び、剣道の正しい普及発展に役立てることを目的とした」としている。しかし、剣道の稽古・試合の時には左手に竹刀を提げ立礼を行っている。日本剣道形が剣道の原点であるならば、剣道を行う時も、右手に竹刀を提げ立礼し、その後、左手に持ち替え帯刀姿勢になると統一した方が良いと思われる。

正座の時の竹刀の置く場所を全日本剣道連盟「剣道指導要領」では、「一般的に、竹刀は左側に、鐔を左膝頭にそろえて、体と平行に置く」としている。筆者が幼少の頃（昭和40年頃）は、竹刀を右側に置いていた。また、全日本剣道連盟が刊行した「幼少年指導要領」⁵⁾（昭和52年3月）でも、竹刀は右側に置くとなっている。左側に置くとなったのは、昭和60年（1985）に刊行された「幼少年指導要領改訂版」からである。当時、同書に関われた佐藤成明範士は、「少年剣道を指導する現場の先生方から所作が複雑で子ども達が覚えることが難しいという意見が多く寄せられ、実態調査を実施し、全日本剣道連盟に関われていた大先生方と相談した上、文部省（当時）が学校体育で採用していた省略した形でもよいということになった」と述べている。

この改訂版の「まえがき」を書かれた当時の全日本剣道連盟会長の大島功氏は、「剣道の多様性の中から一応の結論を出したが、これが最高のもの、唯一無二、万古不易のものと考えたわけではない」「自信を持ってやっている指導者はその仕方結構、本要領は、迷える指導者のためのものであり、かかる指導者は本要領を素材として更に研鑽を重ねて貫う趣旨である」と述べている。要するに、この改訂版から現在も行われている礼法は少年剣道指導者のために作成されたのである。

④ 帯刀の方法

帯刀とは、帯に刀を差した状態のことである。全日本剣道連盟の剣道指導要領では、「立礼の後に左手に提げていた竹刀を腰に引きつけて帯刀の姿勢になる。剣先は、後ろ下がり約45度、親指を鐔にかける（甲手を着けた場合は、かけなくてもよい）」となっている。剣道形を木刀で行う場合では、「立礼の後に右手に提げていた木刀を体のおおむね中央で左手に持ち替えると同時に、左手親指を鐔にかけて腰にとり、柄頭が正

中線となるようにする」となっている。

また、全日本剣道連盟の講習会資料の「木刀による剣道基本技稽古法」指導法では、剣道の基本技術を習得させるため、竹刀は日本刀であるとの観念を基とし、木刀を使用して刀法の原理・理合、作法規範を理解させるため」と指導している。

竹刀は日本刀であるとの概念を基としているならば、帯刀の動作時は左手親指を鰐にかけるのは基本中の基本である。

刀を抜くには、親指で鰐を押す、いわゆる「鯉口を切る」動作がなければ、すぐには刀を抜くことができない。

しかし、甲手を着けた場合は、親指を鰐にかけなくてもよいとなっている事は、体力のない幼少年指導のための省略した所作と思われるが、体力がある大人も左手親指を鰐にかけていない状態で抜刀している場面を多く見かけられる。剣道の防具を着けた稽古や試合稽古が中心になっている今日、長年これを続けていくと左手親指を鰐にかけないのがあたりまえになる危険性がある。

Ⅲ. まとめ

剣道のさまざまな所作の中で座り方・立ち方・正座のしかた・立礼・竹刀の持ち方・置く位置・帯刀の方法について考察した結果、下記の知見を得た。

- ① 座り方・立ち方は、第二次世界戦争前までは右坐左起の方式で行われていたが、国民共通の礼法として編纂された『礼法要領』によって、左座右起に統一され一般化されている。しかし、日本の伝統文化とは疑問が残る。
- ② 正座のしかたは、仏教・儒教・神道などの方式を信仰の意識がなく自然に行っていることは、剣道は日本で発祥した伝統文化であると言えると考えられる。それぞれの道場・個人の方式の作法で良いと思われる。
- ③ 竹刀の持ち方は、左手で持つように指導されている。また、置く位置も体の左側に置くとされている。これは、少年指導の省略した形であり、伝統文化であるとは言えない。礼法を考えると竹刀を右手に持ち、体の右側に置く方が良いと思われる。
- ④ 帯刀の方法で、竹刀は日本刀であるとの概念を基としているならば、鰐に親指をかけるのは、基本中の基本である。日本刀は日本の伝統文化品であり、その刀法を伝承するべきである。

《 参考文献 》

- 1) 中村民雄：「今、なぜ武道か」 P133－134 財団法人 日本武道館
- 2) 田部英正：「日本人の坐り方」集英社新書
- 3) 全日本剣道連盟編：剣道指導要領改訂版 P23－35
- 4) 全日本剣道連盟編：日本剣道形作成の大綱
- 5) 全日本剣道連盟編：幼少年指導要領 1977. 3